

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<b>4</b> Estofado de Patatas con Verduras Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Carne + Fruta	<b>5</b> Arroz con Verduras Merluza al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Lácteo	<b>6</b> Sopa de Cocido (Pasta Sin Gluten) Cocido Completo con Verduras Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta	<b>7</b> Pasta Sin Gluten Boloñesa Merluza al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Lácteo	<b>8</b> Crema de Calabacín ECO Lacón al horno Patatas Panadera Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Fruta
<b>11</b> Menestra de Verduras Rehogada Filete de Pollo al Horno Zanahoria Rehogada Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Verdura + Lácteo	<b>12</b> Sopa de Calabaza Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	<b>13</b> Judías Blancas Estofadas con Verduras Magro en Salsa Arroz Pilaf Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Lácteo	<b>14</b> Pasta Sin Gluten al Gratén Salmón al Horno Guisantes Rehogados Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta	 <b>FESTIVO</b>
<b>18</b> Estofado de Patatas con Verduras Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Lácteo	<b>19</b> Crema de Verduras ECO Merluza al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Carne + Fruta	<b>20</b> Pasta Sin Gluten con Tomate Cinta de Lomo Asada con Manzana Patatas Panadera Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>21</b> Sopa de Cocido (Pasta Sin Gluten) Cocido Completo con Verduras Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta	<b>22</b> Arroz Campesina Jurel al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Patata + Ave + Fruta
<b>25</b> Pasta sin gluten ni huevo con Verdura y Tomate Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	<b>26</b> Garbanzos Estofados con Patata Pollo al Ajillo Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>27</b> Arroz con Tomate Merluza a la Bilbaina Pimientos Asados Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta	<b>28</b> Potaje de Alubias Viudas Blancas. Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Ave + Lácteo	<b>29</b> Crema de Verduras ECO Albóndigas de Ternera en Salsa Zanahoria en Guiso Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Pescado + Fruta

mediterránea

VALORACIÓN NUTRICIONAL: Energía: Kcal, Lípidos: g, Proteínas: g, Hidratos de Carbono: g  
 FRUTA VARIADA Y DE TEMPORADA (Manzana, pera, naranja, mandarina y plátano)

R.D. 1169/2011 La información relativa a los alérgenos de nuestros platos, se encuentra en el Centro. Cualquier duda al respecto, nuestro personal le atenderá.

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<b>4</b> Lentejas con Chorizo <b>Filete de Pollo al Horno</b> Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Carne + Fruta	<b>5</b> <b>Arroz con Verduras</b> <b>Merluza al Horno</b> Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Lácteo	<b>6</b> <b>Sopa de Cocido (Pasta Sin Huevo)</b> Cocido Completo con Verduras Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta	<b>7</b> <b>Pasta Sin Huevo Boloñesa</b> Merluza al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Lácteo	<b>8</b> Crema de Calabacín ECO Lacón al horno Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Fruta
<b>11</b> Menestra de Verduras Rehogada Albóndigas de Pollo en Salsa Zanahoria Rehogada Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Verdura + Lácteo	<b>12</b> Sopa de Calabaza <b>Merluza al Horno</b> Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	<b>13</b> Judías Blancas Estofadas con Verduras Magro en Salsa Arroz Pilaf Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Lácteo	<b>14</b> <b>Pasta Sin Huevo al Gratén</b> Salmón al Horno <b>Ensalada de Lechuga y Maíz</b> Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	 <b>FESTIVO</b>
<b>18</b> Lentejas Estofadas con Verduras <b>Filete de Pollo al Horno</b> Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Lácteo	<b>19</b> Crema de Verduras ECO <b>Merluza al Horno</b> Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Carne + Fruta	<b>20</b> <b>Pasta Sin Huevo con Tomate</b> Cinta de Lomo Asada con Manzana Patatas Panadera Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>21</b> <b>Sopa de Cocido (Pasta Sin Huevo)</b> Cocido Completo con Verduras Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta	<b>22</b> Arroz Campesina Jurel al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Patata + Ave + Fruta
<b>25</b> <b>Pasta Sin Huevo con Verduras</b> <b>Lacón al horno</b> Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Legumbre + Fruta	<b>26</b> Garbanzos Estofados con Patata Pollo al Ajillo Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>27</b> Arroz con Tomate Merluza a la Bilbaina Pimientos Asados Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	<b>28</b> Potaje de Alubias Viudas Blancas. <b>Cinta de Lomo Adobado al Horno</b> Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Ave + Lácteo	<b>29</b> Coliflor a la Italiana Albóndigas de Ternera en Salsa Zanahoria en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Pescado + Fruta

mediterránea

VALORACIÓN NUTRICIONAL: Energía: Kcal, Lípidos: g, Proteínas: g, Hidratos de Carbono: g  
 FRUTA VARIADA Y DE TEMPORADA (Manzana, pera, naranja, mandarina y plátano)

R.D. 1169/2011 La información relativa a los alérgenos de nuestros platos, se encuentra en el Centro. Cualquier duda al respecto, nuestro personal le atenderá.

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<b>4</b> Estofado de Patatas con Verduras Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Carne + Fruta	<b>5</b> Paella Mixta Crujiente de Bacalao Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Lácteo	<b>6</b> Sopa de Cocido Cocido Completo con Verduras  Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta	<b>7</b> Espaguetis Boloñesa de Pollo Merluza al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Lácteo	<b>8</b> Crema de Calabacín ECO Lacón al horno Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Fruta
<b>11</b> Menestra de Verduras Rehogada Albóndigas de Pollo en Salsa Zanahoria Rehogada Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Pescado + Lácteo	<b>12</b> Sopa de Calabaza Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta	<b>13</b> Judías Blancas Estofadas con Verduras Magro en Salsa Arroz Pilaf Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Lácteo	<b>14</b> Coditos al Gratén Salmón al Horno Guisantes Rehogados Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta	<div style="text-align: center;">   <b>FESTIVO</b> </div>
<b>18</b> Estofado de Patatas con Verduras Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Lácteo	<b>19</b> Crema de Verduras ECO Escalope de Merluza Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Carne + Fruta	<b>20</b> Macarrones con Tomate Cinta de Lomo Asada con Manzana Patatas Panadera Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>21</b> Sopa de Cocido Cocido Completo con Verduras  Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta	<b>22</b> Arroz Campesina Jurel al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Patata + Ave + Fruta
<b>25</b> Espirales con Verdura y Tomate Empanadillas de Atún Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	<b>26</b> Garbanzos Estofados con Patata Pollo al Ajillo Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>27</b> Arroz con Tomate Merluza a la Bilbaina Pimientos Asados Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta	<b>28</b> Potaje de Alubias Viudas Blancas. Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Ave + Lácteo	<b>29</b> Coliflor a la Italiana Albóndigas de Ternera en Salsa Zanahoria en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Pescado + Fruta

mediterránea

VALORACIÓN NUTRICIONAL: Energía: Kcal, Lípidos: g, Proteínas: g, Hidratos de Carbono: g  
 FRUTA VARIADA Y DE TEMPORADA (Manzana, pera, naranja, mandarina y plátano)

R.D. 1169/2011 La información relativa a los alérgenos de nuestros platos, se encuentra en el Centro. Cualquier duda al respecto, nuestro personal le atenderá.

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<b>4</b> Lentejas con Chorizo Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Carne + Fruta	<b>5</b> Arroz con Verduras Merluza al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Lácteo	<b>6</b> Sopa de Cocido Cocido Completo con Verduras Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta	<b>7</b> Espaguetis Boloñesa de Pollo Merluza al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Lácteo	<b>8</b> Crema de Calabacín ECO Lacón al horno Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur de Soja <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Fruta
<b>11</b> Menestra de Verduras Rehogada Albóndigas de Pollo en Salsa Zanahoria Rehogada Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Verdura + Lácteo	<b>12</b> Sopa de Calabaza Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	<b>13</b> Judías Blancas Estofadas con Verduras Magro en Salsa Arroz Pilaf Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Lácteo	<b>14</b> Coditos con Tomate Salmón al Horno Guisantes Rehogados Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta	 <b>FESTIVO</b>
<b>18</b> Lentejas Estofadas con Verduras Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Lácteo	<b>19</b> Crema de Verduras ECO Merluza al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Carne + Fruta	<b>20</b> Macarrones con Tomate Cinta de Lomo Asada con Manzana Patatas Panadera Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>21</b> Sopa de Cocido Cocido Completo con Verduras Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta	<b>22</b> Arroz Campesina Jurel al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur de Soja <b>Cena:</b> Patata + Ave + Fruta
<b>25</b> Espirales con Verdura y Tomate Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	<b>26</b> Garbanzos Estofados con Patata Pollo al Ajillo Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>27</b> Arroz con Tomate Merluza a la Bilbaina Pimientos Asados Pan Integral y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta	<b>28</b> Potaje de Alubias Viudas Blancas. Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Ave + Lácteo	<b>29</b> Crema de Verduras ECO Albóndigas de Ternera en Salsa Zanahoria en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Pescado + Fruta

mediterránea

VALORACIÓN NUTRICIONAL: Energía: Kcal, Lípidos: g, Proteínas: g, Hidratos de Carbono: g  
 FRUTA VARIADA Y DE TEMPORADA (Manzana, pera, naranja, mandarina y plátano)

R.D. 1169/2011 La información relativa a los alérgenos de nuestros platos, se encuentra en el Centro. Cualquier duda al respecto, nuestro personal le atenderá.

# Menú Seseña Noviembre 2024

Sin Legumbre (sí pasta y pan) - - Colegio Sisius (Seseña)

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<b>4</b> Estofado de Patatas con Verduras Tortilla Francesa  Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Carne + Fruta	<b>5</b> Paella Mixta Merluza al Horno  Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Lácteo	<b>6</b> Sopa de Fideos Carne Magra del Cocido (Pollo y Ternera) con Verdura y Patata  Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta	<b>7</b> Pasta Boloñesa Merluza al Horno  Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Ave + Lácteo	<b>8</b> Crema de Calabacín ECO Lacón al horno  Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Fruta
<b>11</b> Crema de Verduras ECO Filete de Pollo al Horno Zanahoria Rehogada Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Pescado + Lácteo	<b>12</b> Sopa de Calabaza Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta	<b>13</b> Crema de Calabacín ECO Magro en Salsa Arroz Pilaf Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Pescado + Lácteo	<b>14</b> Coditos al Gratén Salmón al Horno Champiñón Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta	<b>15</b> <div style="text-align: center;">   <b>FESTIVO</b> </div>
<b>18</b> Estofado de Patatas con Verduras Tortilla Francesa  Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Lácteo	<b>19</b> Crema de Verduras ECO Merluza al Horno  Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Carne + Fruta	<b>20</b> Macarrones con Tomate Cinta de Lomo Asada con Manzana  Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>21</b> Sopa de Cocido Carne Magra del Cocido (Pollo y Ternera) con Verdura y Patata  Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta	<b>22</b> Arroz Campesina Sin Guisantes Jurel al Horno  Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur <b>Cena:</b> Patata + Ave + Fruta
<b>25</b> Espirales con Verdura y Tomate Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	<b>26</b> Estofado de Patatas con Verduras Pollo al Ajillo Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Lácteo	<b>27</b> Arroz con Tomate Merluza a la Bilbaina Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta	<b>28</b> Crema de Calabacín ECO Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Ave + Lácteo	<b>29</b> Crema de Verduras ECO Cinta de Lomo Adobado al Horno Zanahoria en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada <b>Cena:</b> Patata + Pescado + Fruta

mediterránea

VALORACIÓN NUTRICIONAL: Energía: Kcal, Lípidos: g, Proteínas: g, Hidratos de Carbono: g  
 FRUTA VARIADA Y DE TEMPORADA (Manzana, pera, naranja, mandarina y plátano)

R.D. 1169/2011 La información relativa a los alérgenos de nuestros platos, se encuentra en el Centro. Cualquier duda al respecto, nuestro personal le atenderá.